

PUBLICACIÓN PRODUCCIÓN INTELECTUAL

Proceso: Planeación Académica

Código
600.R.09

Versión
01

Emisión
11-05-2022

Página
1 de 1



Bibliowellness: Sinergia entre la biblioteca académica y los programas de bienestar [presentación conferencia]

Autor:

Medina Deibys
Profesional Universitario Biblioteca

Resumen:

Los problemas de salud mental, emocional, psicológico y demás relacionadas se pueden presentar en cualquier etapa del ser humano, en especial si se ve expuesto a cambios repentinos y trascendentes como los que experimentan los estudiantes de educación superior durante su vida universitaria. A estos invisibles pero letales factores las Instituciones de Educación Superior (IES) les prestan la atención pertinente y se tienen en cuenta desde el momento de ingreso del estudiante para mejorar no solo su calidad de vida sino también el rendimiento académico, más aún, después de los avatares que produjo la reciente pandemia con sus huellas imborrables sobre todo en las dinámicas académicas, docentes, administrativas e investigativas que se venían realizando sin el apoyo de las tecnologías de la información y la comunicación.

Si bien las IES a través de sus programas especializados dirigen sus esfuerzos en promover el bienestar estudiantil, las situaciones que atienden no son ajenas al resto de dependencias. Es por ello que algunas bibliotecas académicas han tomado la iniciativa en los últimos años de brindar creativos aportes desde su quehacer laboral para ofrecer servicios que interactúen y potencien dichas actividades. En la presente ponencia se expone por qué estas bibliotecas académicas vienen tomando estas medidas, qué han ganado con ello y cómo lo han hecho. También se muestra el potencial que tienen estas propuestas en el desarrollo de nuevos servicios bibliotecarios que reconocen la importancia de una verdadera formación integral, activa y diferencial del estudiante universitario



Presentación – 2022

Descripción:

Presentación de la ponencia realizada en el marco de la I jornada de actualización Ascolbi Gestión del conocimiento, innovación y transformación: aprendiendo juntos; realizada en Cali (Colombia) el 12 de agosto de 2022.

Palabras clave:

Bienestar, Salud mental, Bibliotecas académicas, Servicios bibliotecarios, Wellbeing, Mental health, Academic libraries, Library services.

VICERRECTORÍA ACADÉMICA

Biblioteca
Institución Universitaria Colegio Mayor del Cauca

Referencie este documento así: Medina, D. (2022). Bibliowellness: Sinergia entre la biblioteca académica y los programas de bienestar [presentación conferencia]. I jornada de actualización Ascolbi Gestión del conocimiento, innovación y transformación: aprendiendo juntos; Cali (Colombia) Agosto 12 de 2022. <http://repositorio.unimayor.edu.co/handle/dspace/393/>



GESTIÓN DEL CONOCIMIENTO, INNOVACIÓN Y TRANSFORMACIÓN: APRENDIENDO JUNTOS

I JORNADA DE ACTUALIZACIÓN ASCOLBI

Bibliowellness :

Sinergia entre la biblioteca académica
y los programas de bienestar

Deibys F. Medina R.

biblioteca@unimayor.edu.co

Institución Universitaria Colegio Mayor del Cauca

Agosto 12 de 2022





SISTEMA DE ASEGURAMIENTO
INTERNO DE LA CALIDAD



World Health
Organization



1 de cada 8 personas convive con un **desorden mental**.
Ansiedad y depresión son los más comunes.

Cifras del 2019
(World Health Organization, 2022)



SISTEMA DE ASEGURAMIENTO
INTERNO DE LA CALIDAD



World Health
Organization

1/25 personas viven con **ansiedad**
19% son niños y adolescentes



1/28 personas viven con **depresión**
8% son niños y adolescentes

(World Health Organization, 2022)

Evidence for a mental health crisis in graduate education

[Teresa M Evans](#) , [Lindsay Bira](#), [Jazmin Beltran Gastelum](#), [L Todd Weiss](#) & [Nathan L Vanderford](#) 

Estudio realizado en 26 países con 234 IES

6 veces más probabilidades de experimentar **depresión** y **ansiedad** que la población general.

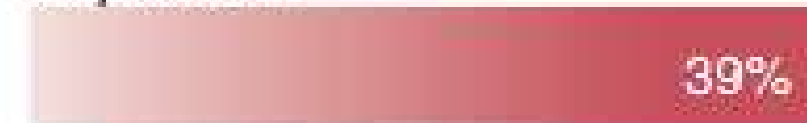
(Evans et al., 2018)

a

Anxiety



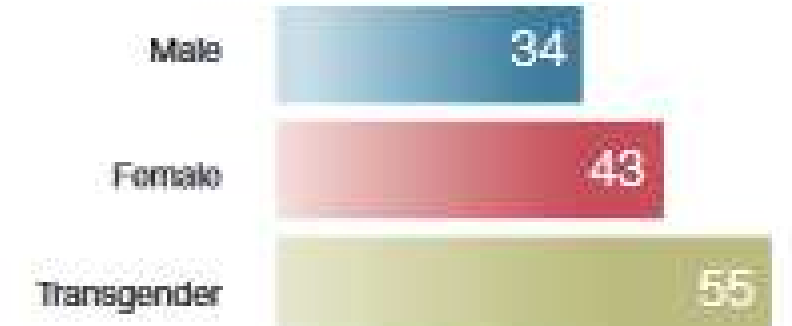
Depression



a. Overall prevalence

b

Anxiety (%)



Depression (%)



b. Prevalence of anxiety and depression by gender



Student well-being matters: Academic library support for the whole student

En respuesta al aumento en la prevalencia y la gravedad de los problemas de salud mental entre los estudiantes universitarios **durante la última década**, los colegios y universidades han ampliado sus iniciativas y programas de bienestar.

Como se ha demostrado que el bienestar tiene un impacto en los **resultados académicos**, las iniciativas de bienestar que desarrollan las **bibliotecas** encajan con su compromiso de **mejorar el aprendizaje** y la **experiencia educativa** de los estudiantes en general.

(Bladek, 2021)





Research Article

Taking a 'whole-university' approach to student mental health: the contribution of academic libraries

Liz Brewster   & Andrew M. Cox 

Received 02 Jul 2021, Accepted 16 Jan 2022, Published online: 08 Mar 2022

Para los estudiantes, la biblioteca es un espacio para **estudiar** y **socializar**. Con sus horarios extendidos **aumenta su uso**.

Las bibliotecas vienen brindando apoyo en talleres de **técnicas de estudio**, **servicios de asistencia social** como gestión del tiempo, planificación, estrés académico.

Junto con la **accesibilidad** de los espacios, algunos bibliotecarios han sugerido que la biblioteca es un **lugar ideal** para implementar intervenciones que apoyen la salud mental de los estudiantes.

(Brewster y Cox, 2022)



Stepchange: mentally healthy universities

#Stepchange framework

Last updated on Wednesday 11 May 2022 on 12:27pm

WHOLE UNIVERSITY APPROACH

The Stepchange: mentally healthy universities model is formed of **four domains**.



(Universities UK, 2022)





Trabajos cooperativos



SISTEMA DE ASEGURAMIENTO
INTERNO DE LA CALIDAD

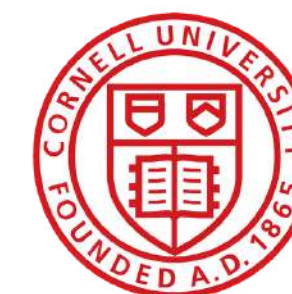


Student Wellbeing Festival 2021

From November 8 until November 19 2021, the Student Wellbeing Festival will take place, this time live on campus! It's all about having fun, relaxing, meeting other students and your personal development and wellbeing, including mental, physical, and social wellbeing.



(Erasmus University Rotterdam, 2021)



Brewing tranquili-tea: Supporting student wellness at an academic library

Erin R. B. Eldermire, Wasima Shinwari

Muchas bibliotecas han dejado de prohibir las bebidas en sus espacios, y con eso surge la oportunidad de invitar a sus usuarios a **disfrutar de un té.**

"En 2019, pusimos a prueba un programa para proporcionar agua caliente y bolsitas de té en nuestra biblioteca para promover el bienestar"

(Eldermire y Shinwari, 2022)



[Home](#) > [Vol 80, No 6 \(2019\)](#) > [Bremer](#)

Peter Bremer

Reflecting on student mental health

Creating a meditation room in a small college library

Peter Bremer is reference coordinator at the University of Minnesota-Morris Rodney A. Briggs Library, email: pbremer@morris.umn.edu

© 2019 Peter Bremer



(Bremer, 2019)



A HEALTH SCIENCES LIBRARY PROMOTES WELLNESS WITH FREE YOGA

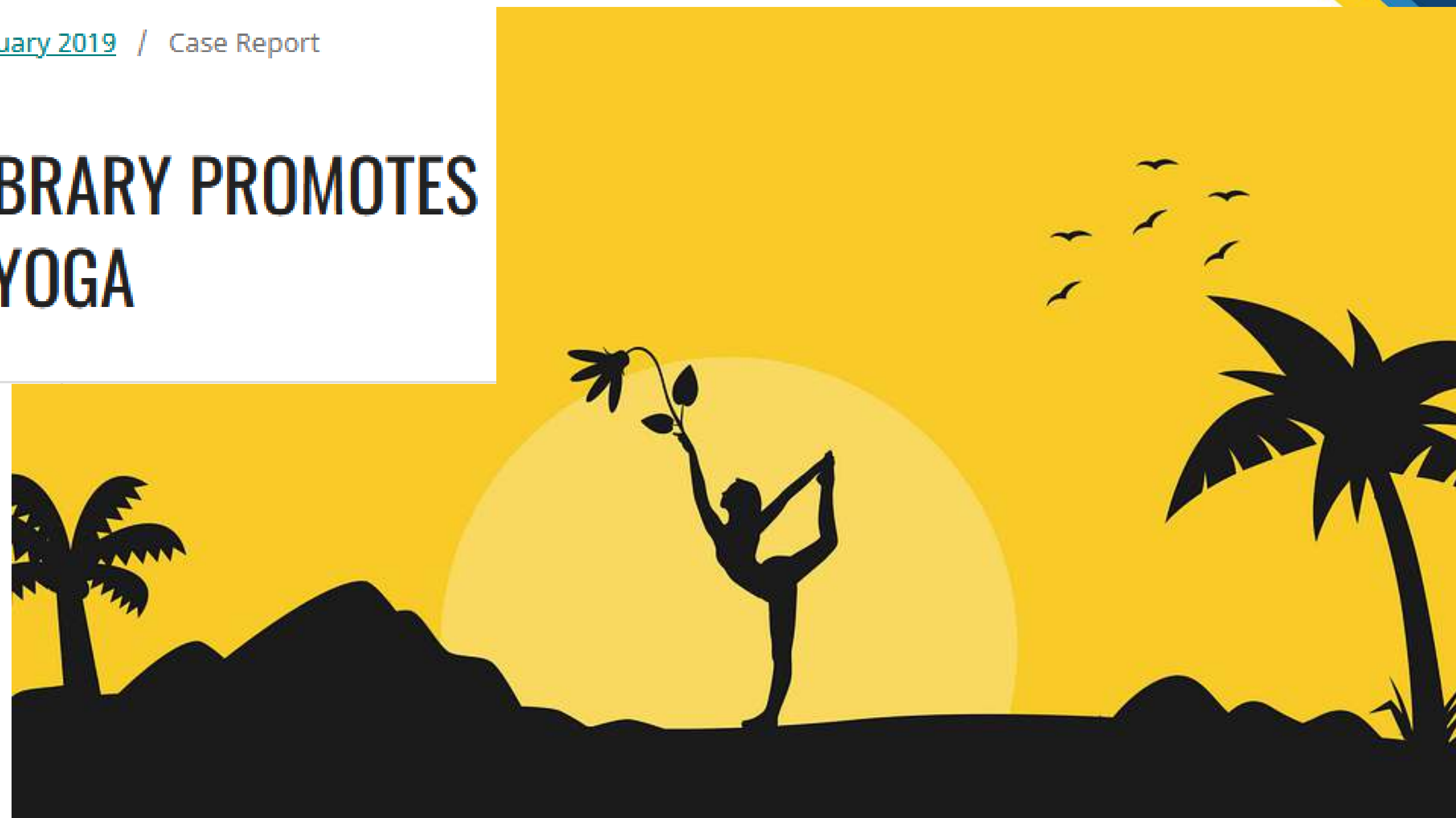
Tallie Casucci

Willard Marriott Library, University of Utah, Salt
Lake City, UT

<https://orcid.org/0000-0001-6311-9613>

Donna Baluchi


Spencer S. Eccles Health Sciences Library,
University of Utah, Salt Lake City, UT



(Casucci y Baluchi, 2019)



Take a Paws: Fostering Student Wellness with a Therapy Dog Program at Your University Library

Amber Lannon  & Pamela Harrison

Pages 13-22 | Received 02 Aug 2014, Accepted 01 Nov 2014, Published online: 24 Mar 2015



(Lannon y Harrison, 2015)
(Montreal, Canadá)



(Echavarria-Robinson y Clark, 2015)
(Spokane, USA)



SISTEMA DE ASEGURAMIENTO
INTERNO DE LA CALIDAD

From Stress-Relieving Kittens to Free Coffee & Chocolate: The Whitworth University Library is Market Fresh

by Tami Echavarria Robinson and Amanda C.R. Clark



WHITWORTH
UNIVERSITY

Libraries Are Market Fresh



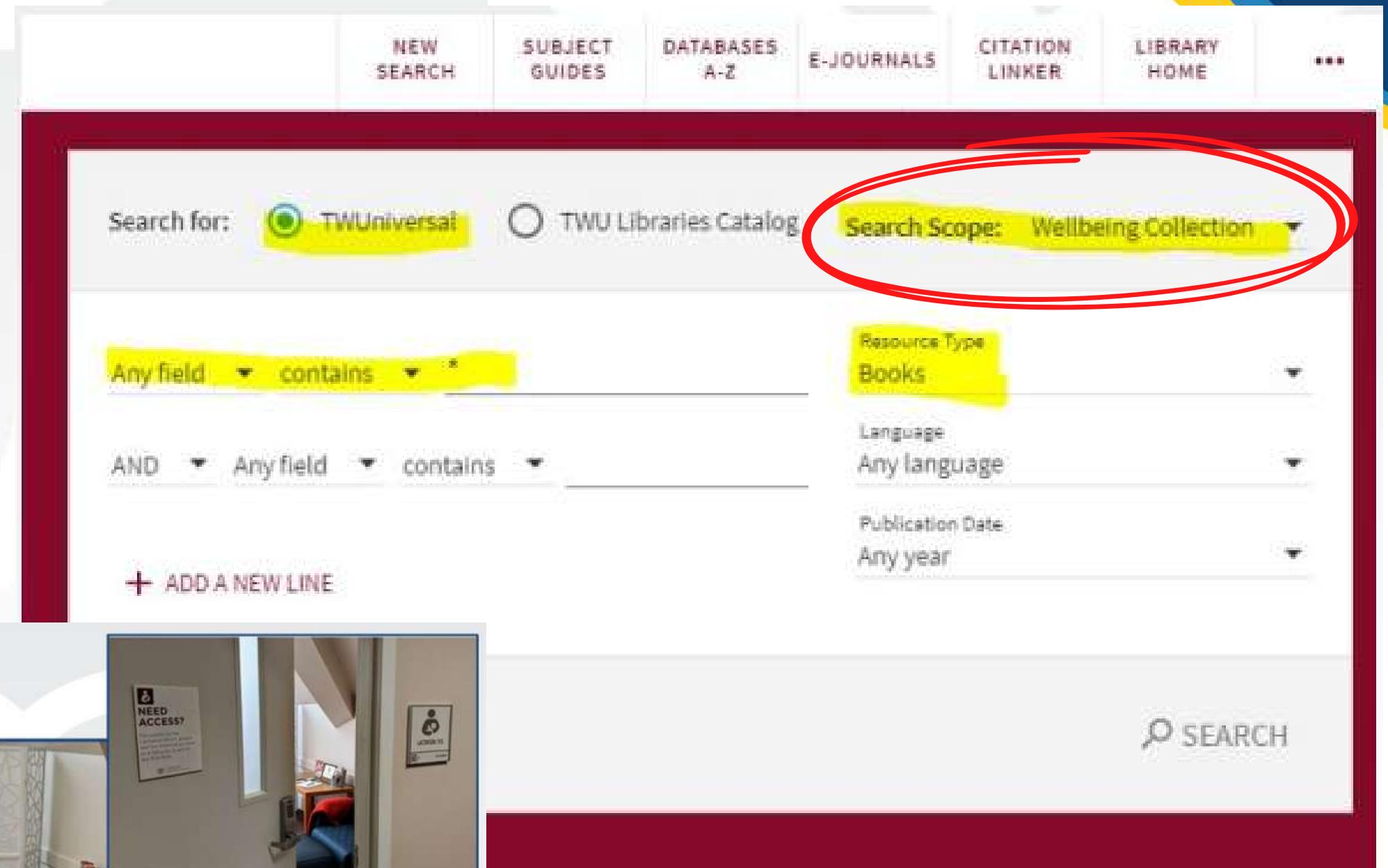
Come to the Table—Libraries Are Market Fresh!



(Echavarria-Robinson y Clark, 2015)

Wellbeing at the TWU Libraries

1. Wellbeing Collection
2. Health & Wellbeing Subject Guide
3. EyeLeo app to prevent eye strain
4. Nap Pod
5. Lactation Room
6. Bike rack in the library loading dock
7. Wellbeing Room
8. Yoga at the Library
9. Standing work stations



Lactation Room

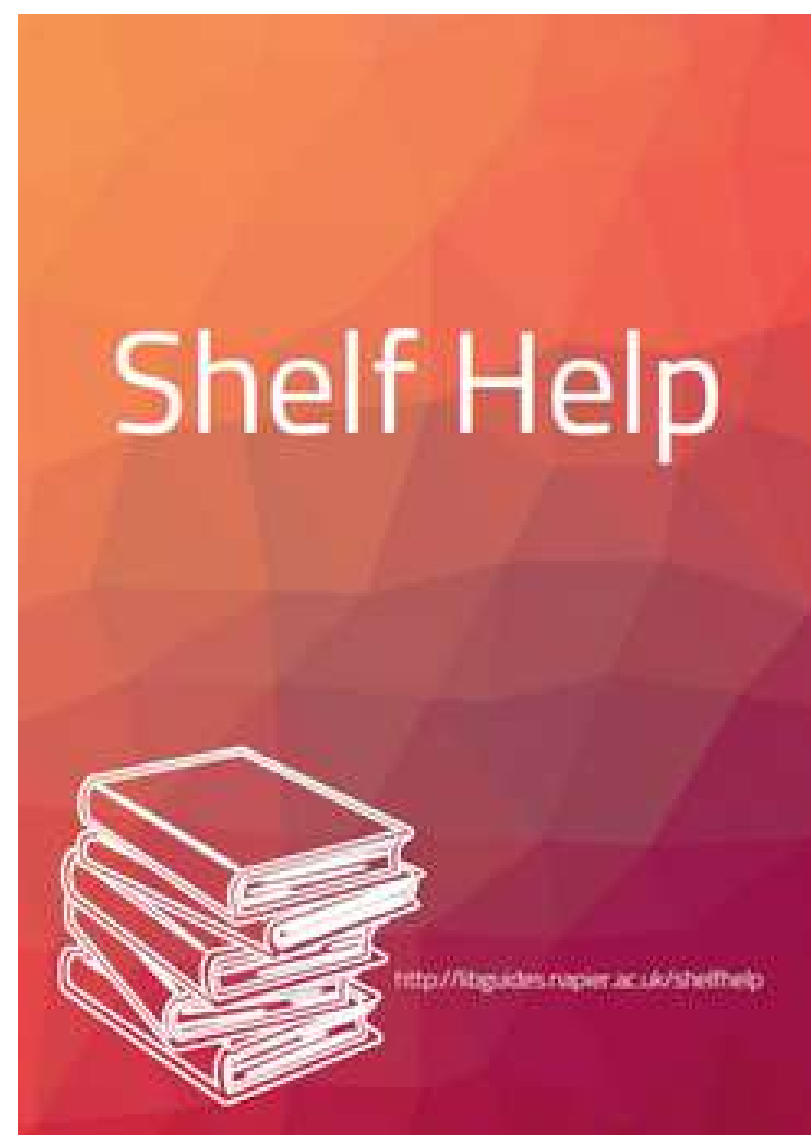


(Whitmer et al., 2019)



- Home
- About
- Neurodiversity
- Anxiety
- Bereavement, Grief & Loss
- Body Image & Eating
- Bullying
- Depression
- Finance
- Gender
- Loneliness
- Mindfulness
- Obsessions & Compulsions
- Phobias
- Procrastination
- Self Esteem
- Self Harm
- Sexuality & Relationships
- Sleep
- Stress
- Trauma
- University Life
- Nature
- Race & Equality

University library introduces bibliotherapy for student wellbeing



(Ennis, 2018)

Welcome to Shelf Help

These **books** and **films** have been chosen by other **students, health professionals**, and **trained librarians** to help you overcome experiences, thoughts, and feelings that can be stressful or uncomfortable.

Here you will find information, advice, and personal stories that deal with topics such as living with **anxiety** and **depression**, to coping with **exam stress**, to **romance** and **sexuality** [...]

You can use these books on their own, but Shelf Help often **works better with support** from trained health professionals, such as a **counsellor, therapist**, or **GP**. **There's no need to struggle on your own!** You might find it easier to talk things over with a trusted friend, relative, or colleague [...]



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA
COLEGIO MAYOR DEL CAUCA



Biblioteca + Área de Desarrollo Humano + Área de Desarrollo Socioeconómico

- Talleres de crecimiento personal
- Apoyo en técnicas de estudio
- Talleres MENTOR PRO
- Programa Bienestar en tu Mente



SISTEMA DE ASEGURAMIENTO
INTERNO DE LA CALIDAD

Tengo varias preguntas para ti...



...y tú ¿tienes alguna para mí?



SISTEMA DE ASEGURAMIENTO
INTERNO DE LA CALIDAD

Referencias

- Bladek, M. (2021).** Student well-being matters: Academic library support for the whole student. *Journal of Academic Librarianship*, 47(3). <https://doi.org/10.1016/j.acalib.2021.102349>
- Bremer, P. (2019).** Reflecting on student mental health: Creating a meditation room in a small college library. *College and Research Libraries News*, 80(6), 339–342. <https://doi.org/10.5860/crln.80.6.339>
- Brewster, L., y Cox, A. M. (2022).** Taking a ‘whole-university’ approach to student mental health: the contribution of academic libraries. *Higher Education Research & Development*, 1–15. <https://doi.org/10.1080/07294360.2022.2043249>
- Casucci, T., y Baluchi, D. (2019).** A health sciences library promotes wellness with free yoga. *Journal of the Medical Library Association*, 107(1), 80–88. <https://doi.org/10.5195/jmla.2019.475>
- Echavarria-Robinson, T., y Clark, A. C. R. (2015).** From Stress-Relieving Kittens to Free Coffee & Chocolate: The Whitworth University Library is Market Fresh. *Alki*, 31(2), 13–15.
- Eldermire, E. R. B., y Shinwari, W. (2022).** Brewing tranquili-tea: Supporting student wellness at an academic library. *College and Research Libraries News*, 83(1), 8–12. <https://doi.org/10.5860/CRLN.83.1.8>
- Ennis, L. (2018, julio 1).** University library introduces bibliotherapy for student wellbeing. *Incite*, 27. <http://researchrepository.napier.ac.uk/Output/1256987>
- Erasmus University Rotterdam. (2021, noviembre 8).** Student Wellbeing Festival 2021. <https://www.eur.nl/en/events/student-wellbeing-festival-2021-2021-11-08>
- Evans, T. M., Bira, L., Gastelum, J. B., Weiss, L. T., y Vanderford, N. L. (2018).** Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature Biotechnology*, 36(3), 282–284. <https://doi.org/10.1038/nbt.4089>
- Lannon, A., y Harrison, P. (2015).** Take a Paws: Fostering Student Wellness with a Therapy Dog Program at Your University Library. *Public Services Quarterly*, 11(1), 13–22. <https://doi.org/10.1080/15228959.2014.984264>
- Universities UK. (2022, mayo 11).** Stepchange: mentally healthy universities. <https://www.universitiesuk.ac.uk/what-we-do/policy-and-research/publications/stepchange-mentally-healthy-universities>
- Whitmer, S., Cox, E., Rumohr, S., Ward, P., y Reeves, M. (2019).** Wellbeing at the library: Collection development and programming. [conference presentation]. Cross Timbers Library Collaborative, Denton, TX. <https://twu-ir.tdl.org/handle/11274/11716>
- World Health Organization. (2022, junio 8).** Mental disorders. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>